



UDS

Mi Universidad

Cuadro Sinóptico

Nombre del alumno: Hilario Elias Vazquez Justo

Nombre del tema: Unidad 1- introducción a la terapia de familia y de pareja. Unidad 2- la pareja

Parcial: 1

Nombre de la Materia: Terapia de Familia y de Pareja

Nombre del profesor: Mónica Lisseth Quevedo Pérez

Nombre de la Licenciatura: Licenciatura en Psicología

Cuatrimestre: 9

Lugar y Fecha de elaboración: 10-julio-2025. Pichucalco Chiapas

**UNIDAD 1-
INTRODUCCIÓN
ALA TERAPIA
DE FAMILIA Y
DE PAREJA**

Antecedentes históricos

Su historia se remonta a la década de los 50"s en un constante diálogo entre las corrientes más importantes de la psicología y la antropología de Estados Unidos y Europa.

Importantes cambios

cambios derivados de la segunda guerra mundial. Entre otras cosas, las problemáticas sociales empiezan a ser pensadas desde un campo reflexivo que se había visto opacado por los conflictos políticos.

La terapia de familiar

esta unidad familiar debe ser entendida en un sentido amplio, y puede involucrar, padres, madres e hijos/as, o también abuelos y abuelas, tíos, padrastros y madrastras,

La ayuda está orientada

sobre las relaciones, aunque esto implique que de manera más indirecta también se intervenga en las emociones, comportamientos y maneras de pensar de cada miembro de la familia

Funciones de la terapia familiar

Resolución de conflictos, Problemas en la crianza de un menor, Intervención en casos de traumas vividos conjuntamente, Apoyo a familias de personas con enfermedades graves, Mejora en el flujo de comunicación de la familia

La terapia de pareja

Está orientada a ayudar a las parejas en conflicto, o que pasan una crisis, a resolver sus diferencias y lograr recuperar una convivencia feliz.

Afronta situaciones

Que pueden generar conflictos, como en (tareas domésticas, gustos distintos, gestión del dinero, contactos con la familia de origen, sexualidad, normas educativas de los hijos, vacaciones, relaciones con amistades, etc.

El psicólogo procurará

Que la pareja adquiera habilidades para comunicarse mejor, respetarse y apoyarse ante los problemas que han surgido y que pueden surgir en el futuro.

Modelo biofísico

Las teorías de este modelo presuponen que los factores biofísicos tales como la anatomía y la bioquímica son los determinantes de la psicopatología. Los síntomas reflejan la existencia de un defecto biológico

Las alteraciones pueden ser

anatómicas (el tamaño o la forma de regiones cerebrales puede ser anormal) o **bioquímicas** (alteración de elementos bioquímicos por exceso o defecto). A su vez, esas alteraciones pueden ser consecuencia de factores genéticos, metabólicos, infecciosos, alérgicos, tumorales, cardiovasculares, traumático.

**UNIDAD 1-
INTRODUCCIÓN
ALA TERAPIA
DE FAMILIA Y
DE PAREJA**

Pt-2

Modelo psicoanalítico

consiste en poder reconocer e interpretar los impulsos inconscientes y sus defensas contra éstos, así como su relación con el principio de las relaciones objétales. Este modelo está basado en la teoría de la represión. Se centra en los datos de los procesos inconscientes

Técnicas terapéuticas

Existen cuatro técnicas básicas: escuchar, empatía, interpretar y mantener la neutralidad analítica

La familia, deberá

cuestionar su comprensión de ellos, lo que comprende claramente por sus conocimientos de la personalidad y de sus comportamientos

Modelo conductista

tiene como objetivo buscar soluciones específicas a problemas concretos planteados por la familia, o por uno de sus integrantes.

Según los pioneros

Los patrones de pensamiento están profundamente arraigados en la mente. Según los pioneros cognitivo-conductuales Aaron Beck y Albert Ellis, los pensamientos automáticos impulsan la mayoría de los trastornos emocionales.

Modelo humanista

se caracteriza más bien por el modo en el que establece cuál es el objetivo de la terapia, y por varias ideas generales que guían la intervención en pacientes

Principios en los que se basa

- La importancia de lo subjetivo
- Foco en el potencial para encontrar significado en la vida
- Rechazo de los parámetros convencionales de felicidad y éxito
- Cada persona es el motor de su propio cambio

Modelo cognitivo

parte del estudio y la evaluación de los pensamientos que afectan de forma negativa a la calidad de vida de las personas, facilitando herramientas que potencien la habilidad para procesar la información percibida sobre uno mismo y el entorno que le rodea de una forma más flexible y positiva

La Terapia Cognitiva

ayuda a identificar estos pensamientos, evaluarlos, y conseguir formas más adecuadas de interpretar lo que se percibe, logrando con ello modificar las emociones y sentimientos negativos que generalmente afectan a la conducta

**UNIDAD 1-
INTRODUCCIÓN
ALA TERAPIA
DE FAMILIA Y
DE PAREJA
Pt-3**

Modelo sistemático

Es una representación abstracta de un sistema complejo que ayuda a comprender como funcionan sus partes y como interactúan entre sí.

Contribuciones científicas de los autores

BERTALANFFY: Teoría General de Sistemas Ø RUSSEL. Teoría de los Tipos lógicos. WIENER: Cibernética Ø SHANNON: Teoría Matemática de la Comunicación. Ø VON NEUMANN: Teoría de los Juegos.

Para comprender el síntoma se debe

comprender no solo al portador del síntoma, sino también a la familia y al sistema familiar, ya que el síntoma cumple la función de mantener el equilibrio del sistema familiar

Escuela transicional de terapia familiar

Su objetivo es la reestructuración psicológica del paciente y pone énfasis en la exploración del pasado, en el contenido de la comunicación, la interpretación y la transferencia como instrumento de cambio

Nagy: desarrolla una teoría

ética de la familia, de inspiración buberiana, y propone un sistema ético de obligaciones familiares que se desarrolla a través de generaciones. El tratamiento incluye al menos tres generaciones para la liberación individual mediante el „pago” de las obligaciones inter-familiares.

Escuela existencial de terapia familiar

Se propone el crecimiento y la expansión de la persona, y en la terapia se acentúa la experiencia en el presente entre el terapeuta y los miembros de la familia, como instrumento de cambio

4 Dimensiones Básicas

autoestima, el modelo de comunicación, reglas familiares, enlace con la sociedad,

Corriente sistemática de terapia familiar

La terapia sistémica familiar tiene como objetivo encontrar solución a los problemas prácticos y reales dentro de las dinámicas familiares

Principales Objetivos

Mejorar el funcionamiento de las familias. Aumentar la comprensión mutua. Estimular el apoyo emocional entre los miembros del sistema familiar. Desarrollar estrategias de afrontamiento y habilidades de resolución de problemas,

Solución de problemas reales como

- Crisis familiares.
- Terapia de pareja.
- Problemas de conducta o trastornos de un miembro de la familia.
- Tratamiento de adicciones.
- Psicoeducación.
- Entrenamiento para padres.

UNIDAD II LA PAREJA

La formación de pareja

puede darse con base en el atractivo físico, la frecuencia de la interacción, la similitud percibida en aspectos tales como la raza, el grupo étnico, la religión, la educación, la clase socioeconómica y los valores

Factores de elección

Posibilidad de satisfacer deseos conscientes e inconscientes

oportunidad de reforzar el Yo y disminuir la inseguridad

Procesos identificatorios especialmente

personas que tengan las cualidades parecidas a las del progenitor

Satisfacciones narcisistas

buscan parejas que tengan cualidades similares a las que ellos aprecian en sí mismos

El amor

el amor es múltiple y la experiencia afectiva está conformada por un conjunto de variables que se entrelazan de manera compleja

Es necesario buscar

un amor inteligente, capaz de integrar en el mismo concepto, los sentimientos y las razones en proporciones adecuadas. El amor no solo hay que sentirlo, sino incorporarlo a nuestro sistema de creencias y valores

Teoría Triangular del Amor

Para Robert Sternberg, las relaciones pueden tener una combinación de tres elementos fundamentales (o podrían tener los tres): Intimidad, Pasión y Compromiso

Etapas o tipos de amor

Cariño: (Intimidad), **Encaprichamiento:** (Pasión), **Amor Vacío:** (Compromiso), **Amor romántico:** (Intimidad y Pasión), **Amor sociable/compañero:** (intimidad y Compromiso). **Amor fatuo o loco:** (Pasión y Compromiso), **Amor consumado:** (Intimidad, Pasión y Compromiso).

La pareja

Se puede definir a la pareja como la unión de dos personas que establecen lazos amorosos de carácter íntimo, con una intención admitida o no de durar; con o sin compromiso institucional.

Modelos fundamentales de "ser pareja"

La pareja patriarcal

matrimonios concertados por las familias, de corte más bien desigual, donde la división del trabajo estaba rígidamente regida por el género

Pareja Moderna

responsabilidades son compartidas (económicas, tareas domésticas y crianza de los hijos)

Pareja Postmoderna

se extendían hacia una especie de culto al "ocio", al confort, a los viajes, las segundas residencias, la práctica de deportes, la cirugía plástica,

**UNIDAD II
LA PAREJA**

Pt-2

Familia de origen

hace referencia a la familia más cercana: los padres y sus hijos. Este tipo de familia está compuesto por los siguientes subsistemas: conyugal, paternal, hijos y hermanos

El origen tiene una gran importancia

en el desarrollo de las personas, ya que puede influir a la hora de desarrollar enfermedades genéticas o a la hora de afrontar situaciones complejas mediante respuestas emocionales difíciles,

Historia familiar

Indagar en cada uno de los miembros de la pareja nos permite comprender los fundamentos del contrato matrimonial, los temores y expectativas,

Psicología femenina

tiene que ver con los comportamientos vinculados a varios factores, como el amor, las relaciones sociales, la sexualidad, la comunicación, la agresividad y mucho más.

Características de la psicología femenina

Las mujeres son más sensibles, Las mujeres piensan intuitivamente, Los cambios hormonales afectan el estado de ánimo, Las mujeres tienden a no expresar su agresividad, La mujer entiende mejor el lenguaje no verbal, La mujer toma menos decisiones arriesgadas

Psicología masculina

abarca las características en. el amor, vida social, agresividad, trabajo y vida general de los hombres, así como las cualidades comportamientos, la identidad masculina y cuáles han sido los factores más influyentes.

Características de la psicología masculina

agresividad, competitividad, ser protector, poder, ausencia de expresión de emociones, obsesión por el trabajo

Sexualidad en la pareja

constituye uno de los factores más importantes para determinar la satisfacción personal y bienestar general de la pareja, y por otro es una fuente de experiencias e interacciones positivas.

Puntos clave sobre la sexualidad en la pareja

Comunicación y confianza
Escucha Activa
Deseo Sexual

Una baja autoestima puede generar

- inseguridad o inhibición,
- Ansiedad y estrés,
- Experiencias pasadas y creencias,
- Apego y estilo relacional,
- Expectativas y comunicación

**UNIDAD II
LA PAREJA**

Pt-3

Disfuncionalidad de la pareja

Las relaciones disfuncionales tienen consecuencias en el estado emocional. las personas que forman este tipo de relaciones se ven afectadas al igual que la relación como tal. Dichas relaciones se distinguen por faltas de respeto, control, celos y chantajes emocionales entre otros

Celos

Los celos son sentimientos de sospecha, desconfianza y temor que se producen con relación a otra persona. Cuando estos sentimientos se producen dentro de una relación son los llamados celos de pareja,

Infidelidad

la infidelidad consiste en una relación afectuosa o sentimental con una persona distinta de la pareja habitual. En estos casos, se produce una ruptura de la confianza entre ambas partes; sin esta confianza mutua

Divorcio

la separación matrimonial o divorcio psíquico, que supone el distanciamiento emocional entre la pareja, ya estén ambos de acuerdo o la decisión sea tomada de forma unilateral.

Tipos de divorcio

- El divorcio legal,
- El divorcio de comunidad o social,
- El divorcio de propiedad,
- El divorcio de dependencia,

Fases del divorcio

- Fase de negación y aislamiento
- Fase de ira
- Fase de negociación
- Fase de depresión
- Fase de aceptación

La descalificación

La descalificación es una manera de denigrar de las habilidades y fortalezas del otro haciéndolo sentir que no es valioso;, llegando al punto de dañarse la relación, porque hay una lucha de poderes y no hay espacios para las reflexiones y llegar a perdonarse y buscar alternativas del cambio.

intentar solucionar la situación

Si ambos piensan y desean continuar juntos pueden recurrir a un terapeuta de pareja, pero si consideran que es momento de separarse lo mejor es hacerlo de forma amigable e intentar continuar con su camino. Es lo más saludable para ambos

subyacer sentimientos

de inseguridad, angustia, inferioridad, miedo, baja autoestima, dependencia,

Ante celos es importante

- Hacer una lista de aquellas situaciones en las cuales se sienten celos
- Evalúen e identifiquen de donde provienen los celos
- Evitar las conductas comprobatorias en todo momento
- Establecer y aceptar los espacios que se van a compartir y que van a individuales

Motivos más comunes de infidelidad

Nunca se ha tenido la intención de ser fiel, Insatisfacción con la pareja. Creer que ya no hay amor. Buscar una alternativa a la actual pareja. Sensación de inseguridad personal. Revancha. Inestabilidad emocional.

(UDS, 2025)

Referencias

UDS. (10 de julio de 2025). *uds mi universidad*. Obtenido de universidad del sureste:
https://fileservice.s3mwc.com/storage/uds/biblioteca/2025/07/zwRWF9yWqn8Gy1O8vWEH-LC-LPS901_TERAPIA_DE_FAMILIA_Y_PAREJA.pdf

Trabajos citados

UDS. (10 de julio de 2025). *uds mi universidad*. Obtenido de universidad del sureste:
https://fileservice.s3mwc.com/storage/uds/biblioteca/2025/07/zwRWF9yWqn8Gy1O8vWEH-LC-LPS901_TERAPIA_DE_FAMILIA_Y_PAREJA.pdf paginas: 10-55